Rok V. Nr. 5.

Przewodnik gimnastyczny

Organ towarzystwa gimnastycznego „SOKÓŁ" we LWOWIE

WYCHODZI W POŁOWIE KAŻDEGO MIESIĄCA.

REDAKCYJA i ADMINISTRACYJA WE LWOWIE L. 10. ULICA OSSOLIŃSKICH.
Prenumerować można: w Administracyji, w Zakładzie Tow. gimn. „Sokół" l. 8 ul. Zimorowicza i we wszystkich księgarniach.

Cena prenumeracyjna:

	Rocznie	Półroczn.
Miejscowa bez przesyłki	1 zł. 20 ct.	65 ct.
„ z przesyłką	1 „ 30 „	70 „
Zamiejscowa „ „	1 „ 50 „	80 „

Numer pojedynczy bez przesyłki 15 ct.

MAJ 1885

Przedpłata roczna z przesyłką pocztową pod opaską:

Do Królestwa polskiego, Litwy, Rossyji	1 rs. 50 kop.
„ W. Ks. Poznańskiego, Prus i Niemiec	3 marki
„ krajów związku poczt. Europy i Stanów Zjed. Ameryki	5 franków.
„ „ innych, podług taryfy poczt. z doliczeniem opakowania itd.	

Życiorys

ś. p.

Dra Tadeusza Żulińskiego

(Dokończenie).

2. *W sprawie nauczania higieny.* (Gazeta narodowa 1872).
3. *Higiena zastosowana do potrzeb życia osobniczego i społecznego, oraz do rzeczy krajowych;* napisał Dr. B. Lutostański, ocenił Dr. T. Żuliński. (Gazeta narodowa. 1873).
4. *O potrzebie zaprowadzenia wykładów higieny we wszystkich zakładach naukowych.* (Broszura. Lwów 1876).
5. *Przedstawienie Towarzystwa Lekarzy galicyjskich do krajowej Rady szkolnej, w sprawie zaprowadzenia wykładów higieny w Seminaryjach nauczycielskich w Galicyji.* (Dwutygodnik Medycyny publicznej. 1877).
6. *Przedstawienie Tow. Lekarzy galic. wniesione do Rady miejskiej lwowskiej, w sprawie zaprowadzenia wykładów higieny w Szkole przemysłowej miejskiej.* (Dwutyg. Med. publ. 1877).
7. *W przeddzień walnego Zjazdu Tow. pedagogicznego, przypomnienie uchwały o znaczeniu higieny.* (Gaz. nar. 1879).
8. *W sprawie reformy szkolnej.* (Gaz. nar. 1880).
9. *O żelazkach do prasowania ze względu higienicznego.* (Dwutygodnik Medycyny publicznej. 1880).
10. *O wpływie maszyn do szycia na zdrowie.* (Dwutyg. Med. publ. 1880. i w osobnem odbiciu).
11. *Petycyja Tow. Lekarzy galicyjskich, w sprawie reformy szkolnej.* (Osobne odbicie z Dwutyg. Med. publ. 1880).
12. *W jakim wieku ze względów higienicznych nauka szkolna rozpoczynać się powinna.* (Odczyt miany w Tow. pedagogicznem i przedrukowany ze Szkoły w broszurze. 1880).
13. *Kilka słów w sprawie higienicznej reformy szkół.* (Z Przeglądu lekarskiego wydane osobne odbicie. 1881).
14. *W obronie nauczania higieny w zakładach naukowych.* (Gazeta narod. 1881).
15. *O wpływie dymu tytóniowego na ustrój ludzki i zwierzęcy.* (Rzecz czytana na trzecim Zjeździe Lekarzy i Przyrodników polskich w Krakowie r. 1881. i drukowana osobno).
16. *O potrzebie stałego higienicznego nadzoru nad zakładami naukowémi.* (Przegląd pedagogiczny w Warszawie. 1882).
17. *Roboty kobieco-szkolne ze względu higieniczno-pedagogicznego.* (Broszura odbita ze Szkoły. 1882).
18. *Wnioski akademickiej komisyji szkół średnich w sprawie reformy ich higienicznej.* Rozebrał i ocenił Dr. T. Żuliński. (Broszura odbita z Nowej Reformy. 1883).
19. *Praca, zabawa i zdrowie.* (Gazeta nar. 1884).
20. *O higienicznem znaczeniu nauki śpiewu.* (Broszura, Lwów 1884).
21. *O przeciążeniu naukowem w szkołach.* (Rzecz czytana na czwartym Zjeździe Lekarzy i Przyrodników polskich w Poznaniu r. 1884. w Sekcyji higienicznej).
22. *Uwagi higieniczne w sprawie kolonij wakacyjnych.* (Szkoła 1884).

23. *Kilka słów o gimnastyce i o szkole gimnastycznej „Sokoła“.* (Broszura odbita z Gaz. nar. 1878).

24. *Nauka gimnastyki i Ankieta Akademiji krakowskiej w sprawie szkól średnich.* (Przewodnik gimnastyczny 1881).

25. *Odpowiedź na list do Redakcyji wystosowany przez prof. K. Maszkowskiego, w sprawie wychowania militarnego młodzieży szkolnej.* (Przew. gimn. 1882).

26. *Praktyczna strona gimnastyki.* (Przew. gimn. 1883).

27. *Ruch mięśniowy i wpływ jego na zdrowie człowieka.* (Broszura odbita z Przewodnika gimnastycznego. 1883).

28. *Ślizgawka i zabawy na lodzie.* (Przew. gimn. 1883).

29. *Gimnastyka na IV. Zjeździe Lekarzy i Przyrodników polskich w Poznaniu.* (Przew. gimn. 1884).

30. *Gimnastyka dla dziewcząt.* (Przew. gimn. 1884).

31. *Filije czyli oddziały prowincyjonalne Towarzystwa gimnastycznego „Sokoł“ we Lwowie.* (Przew. gimn. 1884).

32. *Kamień węgielny pod gmach sali Towarzystwa gimn. „Sokoł“ we Lwowie — i osnowa dokumentu.* (Przewod. gimn. 1884.).

33. *O znaczeniu i potrzebie i gimnastyki* (Odczyt miany w sali ratuszowej z powodu dziesiątej rocznicy założenia Towarzystwa gimnastycznego „Sokoł“ we Lwowie — dotąd niedrukowany).

34. *O higienicznych warunkach budynku szkolnego.* (odczyt na walnem zebraniu Oddziału lwowskiego Tow. pedagogicznego 1873. r. — niedrukowany).

35. *Higiena rzemiosł*, (w Stow. rękodziel. „Gwiazda“, odczyt 1874. — niedrukow.).

36. *Higiena wychowania*, (odczytów pięć dla kobiet w sali ratuszowej — niedruk.).

37. *Fizyjologija i higiena zmysłów*, (odczytów sześć, dla kobiet przez Tow. ped. urządzonych 1875, niedr.).

38. *Fizyjologija i higiena trawienia*, (trzy odczyty, 1875. w sali rat. dla kobiet — niedruk.).

39. *Fizyjologija i higiena narządu oddechowego*, (odczyty w Czytelni akademickiej 1876).

40. *Higiena i fizyjologija głosu*, (dla kobiet w sali rat. odczyty 1876. i 1877. — niedrukow.).

41. *O wpływie napojów alkoholowych na zdrowie*, (w „Gwieździe“, 1878. r. — odczyt niedruk.).

42. *O wpływie czynników psychicznych na zdrowie* (w sali Ratusza odczyt 1878).

43. *O wpływie cywilizacyji na zdrowie* (odczyt w sali ratuszowej 1879. r. — niedruk.).

44. *O wpływie światła na człowieka*, (w sali ratusz. odczyt 1880. — niedruk.).

45. *O potrzebie higieny rzemiosł*, (w „Gwieździe“ odczyt 1881).

46. *O pracy i wypoczynku ze stanowiska higienicznego*, (w sali ratusz. dla kobiet, dwa odczyty. 1882. niedruk.).

47. *O krótkowzroczności w szkole*, (odczyt na posiedz. Tow. pedagog. we Lwowie 1882. — niedruk.).

48. *O znaczeniu higieny w wychowaniu domowem i szkolnem*, (dla kobiet w sali ratusz. dwa odczyty 1882. — niedruk.).

49. *O higienie ochronek dla dzieci*, (w sali ratusz. na Przytulisko św. Józefa, odczyt jeden 1882. — niedr.).

50. *Z higieny rzemiosł. — O wzroku*, (w „Gwieździe“, odczyt 1883. — niedruk.).

51. *Zdrowie i pokarmy*, (odczyt w sali ratusz. dla kobiet 1883. — niedruk.).

52. *Z higieny rzemiosł. — O kąpielach*, (w „Gwieździe“ odczyt 1883. — niedruk.).

53. *O znaczeniu Somatologiji w ogólnem wykształceniu a szczególnie w nauce higieny*, (odczyt w Tow. pedag. 1884. — niedruk.).

54. *O wpływie klimatu na człowieka*, (odczyt w sali ratusz. dla kobiet. 1884. — niedruk.).

55. *Sprawozdanie higieniczno-lekarskie z kolonij wakacyjnych lwowskich r. 1884.* (druk. w broszurze p. t: Lwowskie kolonije wakacyjne w r. 1884.).

Kończymy ten spis wiadomością o zaszczycie, jaki spotkał ś. p. Dra Tadeusza Żulińskiego, niestety już po śmierci.

W Paryżu istnieje T o w a r z y s t w o p r z e c i w k o n a d u ż y c i u t y t ó n i u, (Société contre l'abus du tabac), do którego należy wielu znakomitych, znanych w świecie naukowym mężów. W roku zeszłym Towarzystwo to ogłosiło konkurs na napisanie dzieła mającego wykazać w sposób gruntowny, stwierdzony naukowemi badaniami, złe dla ludzkiego organizmu skutki nadmiernego palenia tytóniu. Dr. Tadeusz Żuliński dawno zajmował się tym przedmiotem i doświadczenia jakie porobił w laboratoryjum szpitala powszechnego we Lwowie jako też w długoletniej swej praktyce lekarskiej opisał w rozprawie p. t.: O w p ł y w i e d y m u t y t ó n i o w e g o n a u s t r ó j l u d z k i i z w i e r z ę c y, w powyżej umieszczonym spisie jego dzieł wymienionej przez nas pod l. 15. W roku 1884. taż rozprawa ogłoszoną była drukiem w P r z e g l ą d z i e l e k a r s k i m i w osobnej odbitce. Tę rozprawę, którą polecamy uwadze czytelników, Dr. Żuliński rozszerzył, wzbogacił nowemi spostrzeżeniami i w przekładzie francuskim posłał na konkurs paryski. Komisyja znawców wybrana przez T o w a r z y s t w o p r z e c i w k o n a d u ż y c i u t y t ó n i u do rozpatrzenia i osądzenia licznych dzieł, przysłanych ze wszystkich stron świata na paryski konkurs, na posiedzeniu 6. Marca 1885. uznała pracę Dra T. Żulińskiego za najlepszą i przyznała jej autorowi p i e r w s z ą n a d g r o d ę, (prix de médecine), a nadto d w a medale (médailles d'honneur) jeden s r e b r n y p o z ł a c a n y (de vermeil), a drugi s r e b r n y; praca ta bowiem odpowiadała aż trzem punktom ogłoszonego programu konkursu. G a z e t t e m é d i c a l e w Nrze 5tym z dnia 15. Marca r. b. podaje wiadomość o tem zaszczytnem uznaniu nauki ś. p. Dra Tadeusza Żulińskiego i w tymże numerze wydrukowała obszerne streszczenie nadgrodzonej rozprawy.

Jakkolwiek ś. p. Tadeusz niedoczekał się tego uznania, jest ono dla nas, współziomków jego, faktem miłym i pocieszającym — bo świadczy, że nie tylko my sami ocenialiśmy Go jako męża gruntownej a rozległej nauki, lecz że również i zagranicą, w stolicy świata, oddano hołd jego wiedzy.

A. G.

Pogrzeb Dra Tadeusza Żulińskiego we Lwowie

dnia 20. Stycznia 1885.

(Dokończenie.)

Po dwóch mówcach poprzednich zaproszonych do przemówienia przez Komitet obywatelski urządzający obchód pogrzebowy, zabrał głos p. Jan Nepomucen Gniewosz. Oto jego mowa:

„Niechże i ja dorzucę kilka słów nad tym otwartym grobem serdecznego druha i towarzysza, w imieniu Waszem tu obecnych żołnierzy polskich z r. 1863. i w imieniu towarzyszy więzienia i tułactwa, po obcych ziemiach. Wy byliście świadkami przez czas blisko ćwierćwiekowy, żywota tego dzielnego syna Polski, który raz ująwszy sztandar narodowy w swe ręce z hasłem! „Bóg i ojczyzna!“ trzymał go wysoko i postępował z nim aż do grobu. Któż z was nieprzypomni sobie ś. p. Tadeusza, gdy w pamiętnej epoce walki o niepodległość Polski, wskazywał nam drogę na pola bitew z wrogiem i zagrzewał braci ogniem swej bohaterskiej duszy.

Któż nie pamięta, gdy za więziennemi kratami był każdemu nie tylko serdecznym bratem ale pocieszycielem w zwątpieniu; gdy nas uczył wierzyć w miłosierdzie Boże, wstrzymywał nad otchłanią rozpaczy i dawał przykład z samego siebie jak wytrwać do końca; już wtenczas był on nietylko lekarzem ciała ale i duszy — a był nieomal kapłanem naszym. Żywotem swojim świecił on jak gwiazda poranna, po której niebawem zejść musi ożywcze słońce.

Przypomnijcie go sobie następnie na ziemi tułaczej, gdy znowu jako lekarz ciała i duszy niósł bratnią, ojcowską pomoc, chociaż sam biedny a nader często o głodzie i chłodzie bez względu na porę dnia, wśród deszczów, zimna i mgły paryskiej, często bez należytego odzienia, dążył w najodleglejsze zaułki, aby nieść pomoc nietylko braciom tułaczom, ale w ogóle biedakom, którzy jej potrzebowali.

I zkądże czerpał te siły nadludzkie, zkąd nabierał hartu do tej, wytrwałej pracy? Oto przypomnijcie sobie nietylko wy towarzysze broni, więzień i tułactwa, ale wielu tu obecnych, jak niezbyt dawno temu ś. p. Tadeusz i reszta jego rodziny chowali w tym otwartym grobowcu niewiastę polską, macierz ich ukochaną. — Ona to ich była gwiazdą przewodnią żywota, ona to od kolebki wszczepiała w synów i córki tę wielką miłość Boga i Ojczyzny, wskazując drogę po jakiej iść mają, a tak miłość rozpromieniała w sercach dziatwy, że wypielęgnowana jej ciepłem wyrosła aż na wzorową rodzinę, wydającą z pomiędzy siebie męczenników.

Któż nie pamięta gdy na tę matkę-polkę spadał grom po gromie i przyszło jej w udziale jak Maryji, Matce Chrystusowej, wstępować na Golgotę aby objąć krzyż rękoma, na którym zawisł jej syn, i ta matka, niewiasta polska obejmowała drzewo szubienicy, na której wróg syna jej umęczył.

I cóż się dzieje dalej, oto ś. p. Tadeusz wraz z braćmi tułaczami unosi ten skarb najdroższy z pod drzewa szubienicy, tę swoją najukochańszą „mateczkę“, — z rozkrwawioną duszą, ale nieprzestającą wierzyć w miłosierdzie Boże, złamaną na ciele. Miłością synowską przyciska do piersi chociaż równie zbolałych, i unosi ze sobą ten najdroższy skarb na ziemię tułaczą. A tam gdzie byt równał się z ubóstwem, pieści ś. p. Tadeusz swoją mateczkę, czcząc jak bóstwo nadziemskie, otacza ją pieczołowitością, na jaką się tylko taki syn polski, taka szlachetna dusza, zdobyć mogła. A były chwile straszne, pełne grozy i niebezpieczeństw, zwycięża je jednakowoż ś. p. Tadeusz swoją wielką wiarą w miłosierdzie i łaskę Bożą. W kornej modlitwie błaga on Ojca Wszechmocnego nie o własną dolę, ale aby mógł znowu skarb swój przenieść na ojczystą ziemię.

I Bóg go nie opuścił w tej ciężkiej doli. Ś. p. Tadeusz staje znowu tu pomiędzy nami, i tak jak w całym żywocie i teraz znękane i schorzałe ciało krzepi duchem i modlitwą a promieniem ożywczym jest dla niego mateczka.

Tą siłą miłości Boga, Ojczyzny i Jej dąży naprzód niezmordowany pracownik; co mówię, apostoł wielkiej idei narodowej, nad którym łaska Boża coraz widoczniej świeci. Cichy, pokorny, wyrozumiały na ułomności ludzkie, samo słowo jego oddziaływa jako balsam zbawienia. Słowem i czynem toruje drogi do lepszej przyszłości, wprawdzie siły fizyczne opuszczają go coraz więcej, ale silna wola krzepi ducha i każe mu iść naprzód. Bóg zsyła na niego krzyż po krzyżu, lecz ś. p. Tadeusz dźwiga je mężnie jak bohater i nigdy z ust jego nie słychać skargi, bo wola Boża jest dlań najwyższym wyrokiem.

Przypomnijcie sobie gdy dotknięty najcięższym ciosem, chował w tym grobie swoją najukochańszą mateczkę, ileż tu łez synowskich spłynęło! Od tego czasu gdy go kiedykolwiek siły opuszczały, dążył zawsze tu i od tej mogiły powracał wzmocniony na duszy a nawet na ciele i znowu pracował bez wytchnienia, krocząc drogą jaką wierny syn ojczyzny iść powinien, tak długo, dopokąd go wola Boża nie odwoła z tej ziemi do swej chwały.

Że zaś łaska Boża czuwała nad nim widzimy to nie tylko w tych niezliczonych i wielkich czynach, których dokonał, ale w tem, że mu Bóg Wszechmocny dozwolił po ciernistej drodze żywota spocząć w jednym grobie ze swoją najukochańszą mateczką.

Ani książe udzielny, ani hetman, który zdobył sławę w krwawych bojach, ani magnat, ani wielki mąż w zwykłem pojęciu ludzkiem, a jednak patrzcie jakie tysiączne rzesze otaczają jego mogiłę i oddają mu ostatnią usługę na tej ziemi. I cóż to tego cudu dokazało, jaka siła?

Oto matka rodzicielka, która go na świat wydała, matka, która nauczyła go kochać Boga i Ojczyznę! Matka, która wychowała cały ród męczeński i bohaterski! Zwracam się do Was, Matki Polki i do Ciebie, Młodzieży polska bierzcie przykład z tych dusz anielskich, jak wychowywać przyszłe pokolenia i jak żyć należy synom Polski!

To też dziś nie chowa do grobu zwłok ś. p. Tadeusza Żulińskiego tylko ta stara stolica Rusi Lwów, ani kraj, ale — cały naród polski oddaje ostatnią posługę i cześć, dobrze zasłużonemu Ojczyźnie synowi i znakomitemu obywatelowi.

Żegnamy cię serdeczny druhu; żegnamy towarzyszu bojów, więzień i tułactwa, żegnamy cię Apostole wielkiej idei narodowej. Gdy zaś staniesz przed obliczem Pana nad Pany, Boga Wszechmocnego, proś Go o miłosierdzie dla Matki Polski!

Ostatni Dr. Żegota Krówczyński, znany z gruntownej nauki jak i z wzniosłego charakteru, przemawiał w imieniu Towarzystwa lekarskiego. Krótka lecz niezwykle podniosła ta mowa tak brzmiała:

„Uczczono ś. p. Tadeusza zasłużonem słowem w imieniu reprezentacyji miasta i jego obywateli, pożegnali Go serdecznie koledzy uniwersyteccy i świadkowie pierwszych prac obywatelskich.

W imieniu lekarzy nie tylko naszego miasta ale całego kraju mam rzucić na świeżą mogiłę grudkę ojczystej ziemi, która musi mu być lekką, bo przez całe życie dla jej dobra i szczęścia pracował. Nad otwartą mogiłą nie pora rozbierać działalności literackiej i naukowej ani przypominać zacności koleżeńskiej, ale powinnością jest uczcić cnoty obywatelskie godne naśladowania. Tem większa zasługa, że ojczyznę całem sercem ukochał, chociaż w zamian za miłość nie różami ale cierniami zasłaną była droga Jego żywota. Zasługa jednak nie wyłącznie do

niego należy, cienie tej obok której ma spocząć ś. p. Tadeusz, cienie Jego matki żądają podziału zasługi. I słusznie. W jej miłości było źródło poświęcenia Jego, cnót Jego i największego poświęcenia ofiary życia Jego brata. Cześć takim matkom; w których cnotach odrodzenie narodu, cześć takim synom jakim był ś. p. Tadeusz".

Po złożeniu przez „Sokołów" do grobu, drogich szczątków niedawno jeszcze działającego pomiędzy nami patryjoty i towarzysza, duchowieństwo odspiewało „Salve Regina" i „Anioł Pański", a gdy i te śpiewy ucichły, lud chórem tysiąca głosów zanucił hymn Boże coś Polskę, a rozebrawszy na pamiątkę liście z wieńców, powracać począł do domów, przy milknącem echu tej sławnej historycznej pieśni, którą naród w natchnieniu wiary i miłości, wyśpiewał jako modlitwę potrzeby swoje, prosząc Boga o zmiłowanie.

Nazajutrz, 21. Stycznia r. b. w kościele OO. Bernardynów odbyło się żałobne nabożeństwo za spokój duszy ś. p. Tadeusza.

Mszę celebrował brat zmarłego przew. ks. Kazimierz Żuliński w asystencyji kleru zakonnego.

Chór mięszany Towarzystwa „Lutni" odspiewał podczas mszy, piękne Requiem Moniuszki.

Katafalk ozdobiony wieńcami, pośród których uwydatniały się wieńce z wstęgami o barwach narodowych od kolegów z r. 1863. i od Komitetu obywatelskiego, otoczony był chorągwiami różnych korporacyj. Kościół zaś przepełniony był pobożnymi.

Mowę żałobną wypowiedział przewielebny ksiądz Sakowski. Była to szczytna improwizacyja. Mówca wzniosłemi słowy z siłą przekonania i z potęgą serca wierzącego przedstawił ś. p. Tadeusza jako męża nauki i wiary. Wrażenie jakie w słuchaczach wywołał, było wielkie a zbawienne. W mówcy powitaliśmy jednego z najlepszych, współczesnych kaznodzieji.

Takim był pogrzeb czcigodnego wiceprezesa naszego Towarzystwa i zasłużonego redaktora naszego czasopisma, męża czystego, cichego a w Bogu rozmiłowanego serca, który całe swoje życie poświęciwszy Polsce i ludzkości, był wykonawcą Chrystusowej ewanieliji.

Zarys ćwiczeń na skoczni

przez

Antoniego Durskiego.

(Ciąg dalszy).

3. Przeskok (V.) przez całego konia wzdłuż, z chwytem oburącz na kark. Nogi spojone w locie po nad koniem się unoszą, poczem po nad karkiem przekuczają do zeskoku naprzód przed koniem, tyłem do karku.

Tu zaliczamy pokrewne:

Woltyże chyłkiem,

przy których stopami swemi przed rękami na konia wyskakujemy.

1. wyskok na grzbiet — chwyt na grzbiet (II.).

Nogi w locie biegną po obu bokach konia, do wyskoku przed rękami, przyczem rychło ręce puszczamy i na koniu stojąc się prostujemy.

Do siodła, chwyt za grzbiet (II.),
Na kark, chwyt do siodła (III).

Podobnie wykonywamy wyskoki, opierając się tylko jedną ręką, czem ćwiczenia o jeden stopień się utrudnią.

2. Przeskok (V.), chwyt do siodła, podobnie jak wyskok, zamiast jednak na konia wyskoczyć, odtrącamy się silnie rękami wprzód, nogi spajamy i po nad kark przeskakujemy. — Doskok tyłem do karku.

E) Woltyże przerzutne.

1. Przedmach poniż, lub powyż, zupełnie tak samo jak przy woltyżach przerzutnych na koniu wszersz, bądź o ugiętych, bądź o prostych ramionach. Chwyt zawsze oburącz, na grzbiet (II — III), do siodła (II — III), na kark (II — III.).

Z przedmachu, doskakujemy na ziemię bądź wstecz po za konia, bądź w bok, na lewą lub prawą stronę konia. Doskok wykonywamy bądź bez obrotu, bądź też z $^1/_4$, $^1/_2$ i $^3/_4$ obrotem w lewo lub w prawo

2. Wsiad. Z przedmachu poniż lub powyż, dosiadamy na konia

a) okrakiem poprzek,
b) „ pobok (w lewo lub prawo) lub wykonywamy wsiad spojonemi nogami poprzek lub pobok.
α) chwyt na grzbiet — wsiad na grzbiet (II.)
β) „ do siodła — „ „ „ lub siodło (III.)
γ) chwyt na kark — wsiad do siodła — na kark (IV.)

3. Wsiad nożycowy. Z przedmachu t. j. w chwili, gdy całe ciało równolegle do wierzchu konia się unosi, obracamy się w lewo lub w prawo, a krzyżując równocześnie nogi i puszczając ręce, dosiadamy okrakiem na konia tyłem do karku.

Na grzbiet (II.), do siodła (III.), na kark (IV.).

4. Przeskok nożycowy chwyt na kark (IV.) zupełnie jak wsiad nożycowy, jednakowoż nie dosiadamy, lecz wstecz po za konia odskakujemy. Doskok przodem do karku konia.

5. Przewrot (o skulonych krzyżach) lub przerzut (o wygiętych krzyżach) bądź o ramionach ugiętych, bądź prostych wykonywamy

α) ze siadu na karku (III),
β) z klęczki „ „ (III.),
γ) z przysiadu na karku (IV.),
δ) z postawy „ „ lub w siodle (IV.).

Doskok tyłem do karku konia.

6. Przewrot i przerzut olbrzymi (V.) przez całego konia wzdłuż.

Z rozbiegu silne odbicie od mostku, chwyt za kark, przedmach jak najwyższy, w chwili gdy się na drugą stronę przeważamy, odtrącamy się od konia i doskakujemy na ziemię tyłem do karku.

II. Z podporu pobok.

A) Woltyże okroczne.
B) „ zawrotne.
C) „ odboczne.
D) „ przerzutne,

które bliżej poznamy na koniu wzdłuż z łękami.

(D. c. n.).

Kilka szczegółów o kolonijach wakacyjnych wziętych z higieniczno-lekarskiego sprawozdania

Dra Tadeusza Żulińskiego.

(Dokończenie).

Powiedzieliśmy na wstępie do niniejszego sprawozdania, że kandydatami do kolonij wakacyjnych przedewszystkiem być winne dzieci wątłe, wycieńczone, słabowite a nawet i chore, ale na przewlekłe cierpienia, jak n. p. niedokrewność, bladaczka, zołzy, krzywica, nieżyty i t. p. przypadłości, z któremi się zazwyczaj chodzi i pracuje, a często nawet nie uważa za choroby.

Otóż jakkolwiek świeże powietrze i dobre warunki higieniczne, jakeśmy to wyżej już wykazali, są zawsze dla wszystkich kolonistów, a więc i chorych także na powyższe cierpienia, najpierwszym warunkiem poprawy ich zdrowia, to przecie nie ulega najmniejszej wątpliwości, że i odpowiednio zadawane im i pewne leki w tym czasie, byłyby mianowicie dla tych ostatnich, t. j. chorych na przewlekłe cierpienia, nader pożądanemi i bardzo właściwemi.

Czyż potrzeba bowiem dowodzić nawet, że bladaczka, n. p. lub niedokrewność, tak dziś pospolite u naszej młodzieży szkolnej, oprócz świeżego powietrza, pożywnej dyjety, odpoczynku i odpowiedniego ruchu, wymagają często bardzo, dla prędszego i radykalnego wyleczenia, picia także wód żelezistych, tak jak skrofuły lub krzywica wód jodowych i solnych kąpieli, albo kaszle i nieżyty różnego rodzaju, wód alkalicznych, jak n. p. Szczawnica?

Z tych to względów i powodów, których słuszność nie podlega żadnej wątpliwości, uważalibyśmy za nader pożyteczne, ważne i bardzo na miejscu, urządzenie kolonij wakacyjnych, chociażby z początku nie zbyt nawet licznych, w miejscowościach naszych zdrojowisk krajowych, jak n. p. w S z c z a w n i c y, w K r y n i c y, w Ż e g i e s t o w i e, w R y m a n o w i e i w I w o n i c z u. Tam bowiem słabe dzieci oprócz wszystkich innych dobrych warunków higienicznych, mogłyby zawsze używać wód mineralnych do picia i do kąpieli wedle potrzeby.

Kolonije takie specyjalne, byłyby k o l o n i j a m i w a k a c y j n e m i l e c z n i c z e m i, do nich bowiem wybierało by się tylko dzieci takie, którym by badanie i orzeczenie lekarskie, wskazało potrzebę takiego tam udania się i leczenia odpowiedniemi wodami.

Któryż zakład nasz leczniczy w kraju, odmówiłby kilku lub kilkunastu słabym biednym dzieciom naszym, korzystania bezinteresownego z wód swojich? Nie wątpimy, że lekarze zakładowi w razie potrzeby wskazówek by swych im także nie odmawiali, tém bardziej, że do kolonij takich l e c z n i c z y c h przyjmowane byłyby tylko po oględzinach lekarskich dzieci słabe i chore, ale na cierpienia nie ostre i obłożne, ale przewłoczne, z któremi się chodzi i jakie nie wymagają osobnego przy łożu pielęgnowania.

Wiele i wiele jest zresztą okoliczności, któreby l e c z n i c z y m t a k i m k o l o n i j o m w a k a c y j n y m sprzyjały bardzo, tak w ich powstaniu, jak i utrzymywaniu się. Weźmy się więc i do nich także.

Za granicą we wszystkich miejscach kąpielowych, urządzane bywają domy i mieszkania dla biednych — czyżby więc tylko u nas nie można było znaleźć jednéj sali dla kilku lub kilkunastu dzieciaków biednych? Wątpimy.

Z wykazów oględzin lekarskich wyżéj zacytowanych, jak widzieliśmy, na 87 przyjętych chłopców, 63 razy była n i e d o k r e w n o ś ć, 32 razy z o ł z y, 17 razy n i e ż y t o s k r z e l o w y i 5 razy k r z y w i c a. — Na 21 zaś przyjętych dziewcząt 13 razy była b l a d a c z k a i n i e d o k r e w n o ś ć, 7 razy z o ł z y t. j. s k r o f u ł y i 2 n i e ż y t y.

Widzimy więc z wykazów tych, że materyjał dla takich kolonij leczniczych, byłby bardzo obfity. Ale zaznaczamy wyraźnie, że mamy tu na względzie nie wszystkie te wypadki niedokrewności, zołzów i nieżytów, ale tylko niektóre z nich cięższe i trudniejsze do usunięcia i wyleczenia higienicznemi jedynie środkami. Bo dobra w takich cierpieniach higiena, najwięcej może zdziałać, ale nie zawsze i nie we wszystkich bez wyjątku wypadkach. Widzieliśmy też w wykazach, z oględzin naszych lekarskich powakacyjnych, że u jednych kolonistów stan zdrowia był b a r d z o d o b r y, u drugich d o b r y, a u reszty nastąpiła tylko p o p r a w a, choć były i jednostki takie, które wcale się na zdrowiu swem nie poprawiły.

Jeżeli więc w mocy naszej jest środek, który skuteczniej w takich wyjątkowych wypadkach może działać, na zdrowie wysyłanych przez nas na kolonije dzieci, to nie odrzucajmy go, ale skwapliwie i ochoczo weźmy się do niego, a niechybny dobry z niego skutek, dla nas i dla pomagającej nam szlachetnie publiczności, będzie nadgrodą i większą jeszcze zachętą do coraz to większych popraw, ulepszeń i udoskonaleń naszych kolonij wakacyjnych.

Myśl takich k o l o n i j w a k a c y j n y c h l e c z n i c z y c h, powzięło już nawet, jak nam wiadomo, r. b. pewne grono pedagogów i obywateli naszych i postanowiło przeprowadzić w jak najbliższym czasie przy jednem z tutejszych wyżéj wspomnianych zdrojowisk krajowych.

Towarzystwo pedagogiczne więc i Komitet kolonij wakacyjnych, znajdzie już zapewne rzecz tę nieco bliżej obmyślaną, dobrze więc by było, gdyby na początek z następną wiosną, mógł choć jedną taką małą k o l o n i j ę l e c z n i c z ą doprowadzić do skutku i wziąść ją w stałą swoją opiekę. A że w ślad za tą pójdą i inne nie wątpimy wcale. — Tym więc sposobem usiłowania nasze będą nam mogły dawać szybsze i skuteczniejsze jeszcze wyniki, szczególnie dla więcej osłabionych i chorych dzieci naszych, które by w warunkach w jakich pozostają, nie były nigdy w możności, w ten sposób sobie zaradzić i uzdolnić się znowu do nowej pracy na pożytek swój i kraju.

Sprawy towarzystw gimnastycznych polskich.

I. Sokoł we Lwowie.

Nowy Wydział Towarzystwa gimnastycznego Sokoł we Lwowie, wybrany na ostatniem zwyczajnem walnem zgromadzeniu z dnia 10. Marca r. b., już się ukonstytuował na pierwszem swem posiedzeniu z d. 12. Kwietnia r. b. odbytem pod przewodnictwem Prezesa p. Jana Dobrzańskiego.

Wybrani zostali:

Dyrektorem — p. Karol Kiselka.
Sekretarzem — p. Władysław Sanocki.
Skarbnikiem — p. Paulin Targoński.
Gospodarzem — p. Justyn Lang.
Administratorem czasop. — p. Feliks Bieńkowski.
Bibliotekarzem — Dr. Józef Merunowicz.

Zastępcami:

Dyrektora — Dr. Kazimierz Łuczkiewicz.
Sekretarza — Dr. Antoni Dziędzielewicz.
Skarbnika — p. Antoni Strzelbicki.
Gospodarza — p. Józef Janowski.
Administratora — p. Aleksander Małaczyński.
Bibliotekarza — p. Roman Palmstein.

Komitet redakcyjny naszego czasopisma również się ukonstytuował. Naczelny kierunek redakcyjny „Przewodnika gimnastycznego“ i przewodnictwo w komitecie, objął wice-prezes Tewarzystwa p. Dr. Żegota Krówczyński. Do składu komitetu redakcyjnego, z wyżej wymienionych funkcyjonaryjuszów Towarzystwa i Wydziału weszli: Dyrektor, Sekretarz, Administrator, Bibliotekarz i ich Zastępcy, oraz nauczyciel kierujący p. Antoni Durski, który oprócz specyjalnego działu gimnastycznego, przyjął także na siebie dalszą odpowiedzialność redakcyjną za pismo nasze.

Zawiadamiając o tem wszystkich Szanownych prenumeratorów i współpracowników „Przewodnika gimnastycznego“, tudzież Szanowne Redakcyje czasopism nam przesyłanych, upraszamy o uwzględnienie nowych adresów naszej redakcyi i administracyi, które wymieniamy na końcu tego numeru.

II. Sokoł w Przemyślu.

W numerze 10. „Przewodnika gimnastycznego“ z Października 1884. donieśliśmy, że na wniosek p. Mieczysława Baranowskiego insp. Rady szkolnej okr.— Oddział Towarzystwa pedagogicznego w Przemyślu, uznał potrzebę założenia filiji Towarzystwa gimnastycznego „Sokoł“ i w tym celu wybrał komisyję z pp.: Baranowskiego, Zycha i Hlawatego.

Obecnie dzielimy się z czytelnikami naszego pisma przyjemną i doniosłą wiadomością, że myśl podana przez p. Baranowskiego, poparta gorąco przez wszystkich pedagogów z Przemyśla, za staraniem wybranej przez nich komisyji, już w czyn dokonany zamienioną została.

Statut Oddziału Towarzystwa gimn. „Sokoł“ w Przemyślu, uzyskał zatwierdzenie władz dotyczących. A po zebraniu się przeszło 50 członków, pierwsze walne zgromadzenie tamtejszego „Sokoła“ odbyło się 22. Marca r. b. Na zgromadzeniu tem wybrano Prezesem Dra Ferdynanda Cassinę (Fizyka), zastępcą Prezesa p. Mieczysława Baranowskiego. Do Wydziału powołano pp.: Dra Tadeusza Dworskiego, Harwata, Hlawatego, Ritterschilda, Dra Tarnawskiego i Franciszka Zycha, — a na zastępców pp.: Dra Bersona i Macikowskiego.

Wydział już się ukonstytuował i wybrał na Sekretarza p. Zycha, a na Skarbnika p. Ritterschilda. Pierwszą zaś czynnością Wydziału było wystosowanie dwóch próśb:

1) do Rady szkolnej krajowej, o pozwolenie używania do ćwiczeń gimnastycznych, jedynej w Przemyślu sali gimnastycznej przy szkole 4ro klasowej męzkiej.

2) do Rady miejskiej, o przeprowadzenie potrzebnych ulepszeń w sali wspomnionej.

Na obie te prośby nadeszła odpowiedź przychylna, a obecnie rekonstrukcyja sali już rozpoczętą została.

Zaraz po ukończeniu robót i po uzupełnieniu przyrządów gimnastycznych, rozpoczną się ćwiczenia tak dla członków „Sokoła“ jak i dla młodzieży szkolnej.

Z naszej strony, przesyłamy nowemu bratniemu Towarzystwu „Szczęść Boże!“ Zarazem wyrażamy nadzieję: że za przykładem światłych i miłujących kraj pedagogów oraz obywateli z Przemyśla, pójdą niebawem inne nasze miasta i miasteczka; przy czem pozbywszy się uprzedzeń szowinistyczno-partykularnych, pod hasłem jedności i braterstwa, na wzór Tarnowa, Stanisławowa i Przemyśla, pozakładają u siebie Oddziały (Filije) Towarzystw „Sokolich“, których statuta zapewniając stowarzyszonym wszelką niezależność, najłatwiej i najprędzej uzyskują zatwierdzenie.

III. Sokoł w Tarnowie.

Do Oddziału Towarzystwa gimnastycznego „Sokoł“ w Tarnowie należą: pp. Arzt Franciszek, Artwiński Tadeusz, Baum Kamil, Bader Wawrzyniec, Dr. Biegański Karol, Birtus Ludwik, Bittner Ksawery, Borkowski Szczęsny, Bauer Franciszek, Czaczka Józef, Dietl Leopold, Fuglewicz Karol, Filuk Jan Celestyn, Dr. Glazer Ludwik, Gryglewski Feliks, Habicht Wilhelm, Jakliński Stanisław, Jakubowski Józef, Klemensiewicz Tytus, Dr. Kluczycki Witold, Kornicki Jan, Kossak Kornel, Koszykiewicz Michał, Dr. Kowalski Henryk, Kozubowski Stanisław, Kusz Józef, Kayry Michał, Łopatyner Wilhelm, Matwij Stanisław, Ks. Maryniarczyk Maciej, Mayzel Zygmunt, Dr. Mikuciński Jan, Mikuciński Włodzimierz, Mirecki Zygmunt, Müldner Wilhelm, Mossór Władysław, Numberg Albert, Pawłowski Tadeusz, Podolecki Stanisław, Polityński Karol, Przybyłkiewicz Ignacy, Pfluge isen Adolf, Piotrowski Stanisław, Dr. Remiszewski August, Ryglowski Wojciech, Sichrawa Franciszek, Sławiński Adam, Dr. Stanko Wojciech, Dr. Stec Jan, Strauhal Wacław, Świderski Antoni, Świderski Stanisław, Świderski Władysław, Szafrański Walery, Schütz Wiktor, Skórski Zygmunt, Scholz Karol, Tetmajer Stanisław, Dr. Tokarz Wojciech, Tułasiewicz Juljan, Tabeau Mieczysław, Trzaskowski Bronisław, Torski Michał, Wiewiórowski Józef, Wiśniewski Zygmunt, Wojcicz Władysław, Zaremba Szczęsny, Żebracki Witold, — Razem 68 członków.

Dnia 17. b. m. odbędzie się majówka „Sokołów tarnowskich“ na górze św. Marcina; wstęp 1 zł. familijny, a 50 cnt. pojedyńczy.

KRONIKA.

Znakomity i czcigodny piewca „Lirenki“ i „Błogosławionej“ z powodu śmierci ś. p. Dra Tadeusza Żulińskiego, napisał prześliczny i podniosły wiersz, którym dzielimy się z czytelnikami naszymi:

ZA POGRZEBEM TADEUSZA ŻULIŃSKIEGO.

Gdy przyjdzie dobre, to chyba na krótko,
Poświeci się to i zwiędnie jak kwiatek;
Ot i znów kartka z żałobną obwódką,
Przenajśliczniejszy znów nam uwiądł bratek.
To i któż pójdzie ochotnie a skoro
Z pomocą, często dla zgłodniałych grona?
A cóż brał za to? — co Anieli biorą,
Jedno westchnienie z wezbranego łona....

Anioł rzetelny, bo i postać cała
Taka to była jakaś jak nie nasza;
Zdało się światło wchodzi do poddasza,
Gdy się w ubogim domu pokazała.
To on już na to widno się urodził,
Żeby widzieli jak Pan Jezus chodził.

Bo Panie odpuść.... ale był podobny
Do Zbawiciela, co serce odkrywa....
I włos mu długi tak też było spływa,
I coś co człowiek wydać niesposobny,
Śmiało się w oczach onych pełnych wdzięku,
I jak Pan Jezus, serce miał na ręku.

Przez całe życie, to albo pod strażą
Polsce się naszej przygląda z za kraty;
Albo posłuszny idzie, gdzie iść każą,
Jak mu poddadzą te ojczyste chaty, —
To tam, to ówdzie, wichrem a szarugą,
Idzie nie pyta jak chłop za posługą.

A nigdy grosza do grosza nie ciuła,
Co ma, z ubóstwem coprędzej podzieli;
Bo to już taka dusza była czuła....
Za toż tam jemu zagrają Anieli
Na prośbę biednych uzdrowionych dzieci;
Niechże mu światłość wiekuista świeci!

A jego ciało, które ziemia święta
Ojczysta nasza przygarnie troskliwa,
Niech odpoczywa, ale dusza żywa
Jak pamiętała o nas niech pamięta.
I niechaj schodzi z gotową pomocą
Jesienną nocą na nędzę sierocą.

Ponieśli trumnę, wicher śniegiem sypie;
I któż tam ciągnie, jaka moc go zmusza?
Chłopek wygrywa na lipowej skrzypie
Znany polonez polski „Tadeusza“.
— A tyś tu po co? i na co muzyka?
— Ha! cóż powiada, grzebią naczelnika,
Więc do wypchanej wiórami poduszki,
Chciałbym mu zagrać polonez Kościuszki.
Człek to był ludzki, takich by nam trzeba,
Cóż kiedy wszystko mrze co godne w świecie;
Hej! co tam prostak, sam nie wie co plecie, —
I dalej ciągnie: Patrz Kościuszko z nieba....

A pogrzeb rusza ku miejskiej rogatce,
Śpiewają księża, dobry lud się tłoczy,
Na skrzypkę chłopską starej chłopce matce
Rzęśnemi łzami zapłynęły oczy.
Wicher podwiewa i chmurzy pod niebem,
Znajome nuty poloneza chwyta,
I pytać rada i trwożna nie pyta,
Za czyjim człeku idziemy pogrzebem?....
Aż głos dolata tych co idąc gwarzą
Uczynków świętych licząc szereg długi.
Kiedyż się kiedy z nieba nam pokażą,
Tadeusz jeden i Tadeusz drugi?....

Nie żądny sławy mizernego szychu,
Próżności onej, którą próżni gonią,
Przeszedł przez życie bez wrzawy, po cichu,
Czemu się drudzy wszelką siłą bronią.
Wolny od żądzy i od marnych pyszek,
Ukochał nędzę jak święty Franciszek.

A choć nie nosił kaptura i paska,
Żył jak pustelnik za grzechy narodu...
U świętych to się zowie Boża łaska,
Chłopek pracował od dziecka, od młodu.
Ani się Bogu ni ludziom zadłużył,
Służbę miał ciężką i pięknie wysłużył.

Błogosławiony kto orężem broni
I kto Ojczyznę czyni świętą, piękną,
Czapkę przed pierwszym zdejma się ze skroni,
Przed tym się skłonią, przed drugim poklękną.
Jak nie czcić pierwsze, jak nie wielbić wtore,
Łacniej przez męztwo, trudniej przez pokorę.

Więc grajek wiejski wraz opuścił smyczek,
Około oczu coś przeciągnął dłonią,
I gdy śpiewają i we dzwony dzwonią,
W cieniach gdzieś miejskich podział się uliczek.

Otwarty cmentarz widać już z daleka,
Co życia kończy tę wędrówkę błahą;
A myśl ma ściga wiejskiego człowieka,
W sukmanie siwej ze skrzypką pod pachą.

I kiedy piersiom tak oddechu trzeba,
Że je wciąż dłońmi przyciskam drżącemi,
Coś mi się zdało: że Kościuszko z nieba,
I nasz Żuliński podniósł się od ziemi;
Że to nie dymek niebieski łuczywa
Niedogasłego, w oczach mi się snowa,
A polskich ludzi trzech, sukmanka siwa,
W ciemnych zaułkach ojczystego Lwowa.

Cisza — mógiłki — przemowy przebrzmiały,
I te na trumnę spadające grudki,
I tylko kamień od ziemi w krąg biały,
Na wpół zatarte swe powtarza smutki —
Gdzie niegdzie wrony po nad murów szczerby,
Zimowe ptaki rozsiadłszy się gwarzą,
Przypominając te moskiewskie herby,
I czarne Pany — co nam gospodarzą.

Teofil Mazur.

Florencyja 1885.

Odszczególnienie po śmierci. „Dziennik polski“ w Nr. 89. z 9 kwietnia r. b. zamieszcza następujące sprawozdanie swego paryskiego korespondenta:

Wczoraj (12. z. m.) w południe odbyło się tu w gmachu Sorbony uroczyste posiedzenie „Towarzystwa przeciwko nadużyciu Tytóniu“, mającego swe stałe siedlisko przy ulicy Jacob 38. Posiedzenie, połączone z porankiem muzykalno-literackim (widocznie Towarzystwo pragnie osłodzić nieco swym zwolennikom ofiarę z upośledzenia zdradzieckiego narkotyku), poświęcone było głównie ogłoszeniu i rozdaniu nagród i medali za różne prace konkursowe, wyznaczone przez Towarzystwo.

O uroczystości tej wspominam głównie dlatego, że między laureatami nagrodzonymi przez Towarzystwo, wymieniono na pierwszem miejscu zmarłego niedawno we Lwowie nieodżałowanej pamięci dra Tadeusza Żulińskiego. Ś. p. Żuliński otrzymał za prace konkursowe dwie nagrody*): pierwszą nagrodę z zakresu fizyjologiji i pierwszą również nagrodę z działu medycznego. P. ambasador austro-węgierski w Paryżu podjął się uprzejmie wysłać przyznane nagrody pod adresem rodziny zmarłego.

Nie mogę dać bliższych wyjaśnień co do nagrody z działu fizyjologiji; co się jednak tyczy „prix de médecine“, przyznanej także ś. p. drowi Tadeuszowi, to — jak widzę ze statutów Towarzystwa — została ona ufun-

(*) Ś. p. Dr. T. Żuliński otrzymał trzy nagrody na tym konkursie, które wymieniliśmy w jego życiorysie *P. R.*

dowaną z zapisu dra Bertheraud i zawiera następujące warunki: „Współubiegający winni nadesłać cztery przynajmniej nieznane obserwacyje, szczegółowo opisane, dotyczące zboczeń, wynikających z nadużycia tytóniu. Nadgroda składa się z książek wartości 200 fr i medalu. Praca nadgrodzona wydrukowaną zostanie w „Gazette médicale de l'Algérie".

Dodam jeszcze, że konkurs świeżo rozstrzygnięty, wyznaczony był w terminie do dnia 31. grudnia 1884 r. Nadsyłane prace konkursowe oznaczone są jak zwykle dewizą i zawierają nazwisko współubiegającego się w kopercie.

Nadmieniam wreszcie, że znany historyk, prof. Duchiński, który przedstawiał w obec Towarzystwa tak przedwcześnie zmarłego laureata, a raczej brata jego, dra Józefa Żulińskiego, wystósował na ręce prezesa rzeczonego Stowarzyszenia, p. Decroix, list, zawierający bliższe szczegóły o ś. p. Tadeuszu Żulińskim. W liście tym powiada sędziwy nasz jubilat, że pragnąłby zwrócić uwagę Towarzystwa, które zapoznało się z naukowemi pracami dra Tadeusza Żulińskiego, na ogólny charakter prac laureata i jego osobiste zasługi.

Wspominając następnie w słowach serdecznych i pełnych gorącego uznania o całej rodzinie ś. p. Tadeusza, wielkich zaletach osobistych i zasługach zmarłego, powiada, że Lwów, stolica Polski austryjackiej, gdzie dr. Żuliński spędził ostatnie lata swego życia, stał się tłumaczem uczuć, jakie w całym kraju wywołała wieść o przedwczesnym zgonie laureata. Nazwano ulicę, na której mieszkał jego imieniem i postanowiono pamięć jego uczcić pomnikiem.

Prof. Duchiński tak dalej pisze: „Nadgradzając prace ś. p. dr. Żulińskiego, oceniliście panowie ich wartość naukową. Polska znała go i z tej strony — co jednak ci, którzy mieli go sposobność znać bliżej, cenili najwięcej w tych pracach, to ich źródło, tkwiące w bezgranicznej, prawdziwie humanitarnej miłości bliźniego, która cechowała zmarłego. Gdyby Paryż chciał poznać bliżej wielkie jego zasługi w obec cierpiącej ludzkości, położone w cichości w czasie oblężenia Paryża, postawiłby go niewątpliwie między pierwszymi swymi dobroczyńcami. Pisma ś. p. Żulińskiego były tylko drobnym objawem tej chęci służenia i dopomagania ludzkości, która go całego przejmowała. Żuliński przytem nigdy nie chciał przyjmować honorarium za niesioną przez się pomoc lekarską. Jeden z polskich magnatów ks. Leon Sapieha, który wraz z całym krajem dzielił szacunek, jakim otaczano waszego laureata, mówił mi pewnego razu, że dr. Żuliński nie przyjmując żadnego wynadgrodzenia od bogatych, robi krzywdę biednym, zajmującym pierwsze miejsce w jego sercu i staraniach... Ś. p. Tadeusz pozostał jednak wiernym swej zasadzie".

Kończąc wreszcie swój list, powiada prof. Duchiński, że temi wyjaśnieniami chciał jeszcze podnieść wartość nadgród udzielonych przez Towarzystwo zmarłemu. „Polska cieszy się, pisał p. D., żeście wyznaczyli pierwsze miejsce między waszymi laureatami dziecku ziemi, tak ciężko doświadczonej przez losy".

Czasopisma czeskiego „Sokol", wychodzącego w Pradze pod redakcyją Jarosława Stýblo, opuścił prasę Nr. 5. z Maja r. b.

Treść: Dr. Tadeusz Žuliński (dok.). — Působeni tělocviku na poměry těla lidského (dok.). — Zápas (c. d.). — O vyučováni učňův tělocviku (c. d.). — Vzorná tělocvična. — Zprávy župni. — Zprávy spolkové. — Růžné zprávy. — Literatura.

Przedpłata roczna 2 zł., półroczna 1 zł. w. a.

BIBLIOGRAFIJA
dzieł treści gimnastycznej.

„Sbornik Sokolský". Kalendarzyk kieszonkowy na r. 1885. Ułożyli A. V. Prager i V. Zařecký. Rocznik drugi. Praga i Kolin 1885.

Kalendarzyk ten, w pięknej oprawie ozdobiony fotodrukiem czeskiej sokolej trójgwiazdy, ś. p. Jędrzeja Fügnera, Dr. Mirosława Tyrsza i Dr. Tomasza Czernego; składa się z części kalendarzowej, gospodarczej i technicznej, która zawiera następujące dobrze opracowane rozprawki: Krótki życiorys trzech mężów około czeskiego Sokolstwa zasłużonych, przezwanych powszechnie „Sokolą Trójgwiazdą". — Przegląd czynności Sokolej za r. 1884. — O związkach Sokolich. — Nauczanie ćwiczeń wspólnych. — Statystykę towarzystw Sokolich. — Regulamina Sokole. — Rozkład ćwiczeń.

Do kalendarzyka dołączono sporą notatkę i ogłoszenia rozmaitej treści.

Dr. Miroslav Tyrš, krótki rys żywota i działalności jego, wydany staraniem pragskiego Towarzystwa gimnastycznego „Sokół". W Pradzo 1884 z 3ma drzeworytami.

Książeczka ta zawiera krótki życiorys Dr. Mirosława Tyrsza, naczelnika pragskiego Sokoła, przez Dr. Edwarda Gregra; działalność jego w Sokole pragskim w przeciągu 22 lat, skreślona przez Józefa Müllera; dalej prace jego na polu umiejętności, zwłaszcza na polu estetyki i krytyki sztuk pięknych, w końcu opis ostatnich dni życia i śmierci jego w Oetzthalu, w Tyrolu, pióra J. E. Scheinera.

Dr. Tadeusz Żuliński, wspomnienie pośmiertne; broszura wydana nakładem Towarzystwa gimnastycznego „Sokół" we Lwowie. —

Książeczka ta zawiera portret i życiorys zasłużonego ojczyźnie Dr. Tadeusza Żulińskiego, z opisem jego działalności naukowej i literackiej, z wspomnieniem napisanych przez niego dzieł i opracowanych odczytów, traktujących o higienie i gimnastyce, tudzież ze szczególnem uwzględnieniem działalności jego w lwowskim „Sokole". — Dalej podany jest opis pogrzebu ze wszystkiemi przemówieniami. W końcu umieszczone są pisma kondolencyjne i podniosły wiersz poświęcony pamięci czcigodnego Dr. Żulińskiego.

Cena 1go egzemplarza w miejscu 25 ct., z przesyłką 30 ct.

Od Wydawnictwa.

Z końcem bieżącego miesiąca, główne biuro komitetu redakcyjnego „Przewodnika gimnastycznego" przenosi się do mieszkania p. Dra Żegoty Krówczyńskiego, we Lwowie przy ulicy Ormiańskiej l. 29 — gdzie upraszamy przesyłać wszystkie korespondencyje, artykuły i czasopisma, przeznaczone dla naszej redakcyji.

Zaś biuro administracyji przenosi się do p. Aleksandra Małaczyńskiego we Lwowie na placu Kapitulnym l. 7. — gdzie znowu upraszamy przesyłać pieniądze prenumeracyjne i wszelkie reklamacyje odnoszące się do naszego pisma.

Dla uniknienia w przyszłości omyłek i opóźnień, prosimy o łaskawe uwzględnianie tych adresów.

Odpowiedzialny Redaktor Antoni Durski. I. Związkowa Drukarnia. Nakładem Towarzystwa Gimnastycznego „SOKÓŁ".